

Nahrungsergänzungsmittel, Claims & Botanicals



Südtiroler
Bauernbund

Innovation & Energie



Infoblatt

Das folgende Infoblatt, welches im Rahmen des LG79-geförderten Projekts INNOFood erstellt wurde, soll einen Überblick über die Begriffe Nahrungsergänzungsmittel, Botanicals und Health Claims geben. Außerdem soll es Unterschiede zwischen Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel aufschlüsseln, sowie rechtliche Grundlagen zu den genannten Themen vereinfacht darstellen.

Inhalt

1	Allgemein	2
2	Nahrungsergänzungsmittel.....	2
3	Nährwertbezogene Angaben (Nutrition Claims).....	3
4	Gesundheitsbezogene Angaben (Health Claims)	3
4.1	Krankheitsbezogene Angaben	4
5	Botanicals.....	4
6	Fazit	4

1 Allgemein

Vielen Lebensmitteln und vor allem Nahrungsergänzungsmitteln werden besondere Eigenschaften zugeschrieben. Solche gesundheits- und nährwertbezogenen Angaben nennt man „Claims“. Sie dienen als kurze und prägnante Botschaft, welche die Vorteile eines Produkts hervorhebt. Man unterscheidet dabei zwischen nährwertbezogenen Angaben (Nutrition Claims) und gesundheitsbezogenen Angaben (Health Claims). Ob und wie solche Aussagen für ein Produkt verwendet werden dürfen, ist gesetzlich geregelt, da der Konsument vor Falschaussagen und Irreführung geschützt werden soll.

2 Nahrungsergänzungsmittel

Nahrungsergänzungsmittel gelten in der EU als Lebensmittel. Allgemein als Lebensmittel gelten in der EU alle Stoffe oder Erzeugnisse, die dazu bestimmt sind, oder von denen nach vernünftigem Ermessen erwartet werden kann, dass sie in verarbeitetem, teilweise verarbeitetem oder unverarbeitetem Zustand von Menschen aufgenommen werden.

Der Unterschied zwischen Lebensmitteln und Nahrungsergänzungsmitteln liegt vor allem in der Darreichungsform. Nahrungsergänzungsmittel werden in kleinen Dosen, zum Beispiel als Tabletten oder Kapseln, angeboten und enthalten Vitamine, Mineralstoffe oder sonstige Nährstoffe, die eine ernährungsspezifische oder physiologische Wirkung in konzentrierter Form haben.

Nahrungsergänzungsmittel sind zwar auch Lebensmittel, dienen aber lediglich zur Ergänzung der normalen Ernährung und nicht als alleiniges Nahrungsmittel. Zusätzlich zu den allgemeinen Kennzeichnungsvorgaben für Lebensmittel müssen Nahrungsergänzungsmittel folgende Angaben führen:

- Bezeichnung der kennzeichnenden Nährstoffe oder sonstigen Stoffe
- Verzehrempfehlung zur täglichen Menge
- Warnhinweis, dass die angegebene empfohlene Tagesdosis nicht überschritten werden darf
- Angabe, dass das Nahrungsergänzungsmittel kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung ist
- Hinweis, dass das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern ist

Beim Inverkehrbringen von Nahrungsergänzungsmitteln sind neben den EU-Gesetzen auch nationale Gesetze zu beachten, die sich in den zulässigen täglichen Höchstmengen unterscheiden können. Diese spezifischen täglichen Höchstmengen für Vitamine und Mineralstoffe können auf der Website des “Ministero della Salute” speziell für Italien eingesehen werden.

3 Nährwertbezogene Angaben (Nutrition Claims)

Als nährwertbezogene Angabe gilt jede Angabe, mit der erklärt oder suggeriert wird, dass ein Lebensmittel besondere positive Nährwerteigenschaften besitzt. Nutrition Claims beziehen sich auf die positiven Nährwerteigenschaften eines Lebensmittels, wie etwa den Brennwert, den Gehalt an Fett, Fettsäuren, Proteinen, Eiweiß und Salz.

Beispiele für die Anwendung von nährwertbezogenen Angaben sind folgende:

- **Joghurtgetränk mit hohem Proteingehalt:** Laut Verordnung handelt es sich dabei um den Claim „hoher Proteingehalt“. Um diese Angabe auf einem Lebensmittel deklarieren zu dürfen, müssen mindestens 20% des gesamten Brennwertes aus Proteinen stammen.
- **Müsliriegel mit geringem Zuckergehalt:** Laut Verordnung handelt es sich dabei um den Claim „zuckerarm“. Um diese Angabe auf einem Lebensmittel deklarieren zu dürfen, darf das Lebensmittel nur eine definierte Menge an Zucker beinhalten.

Die Nutzung von Nutrition Claims ist genau geregelt. Welche Aussagen wann getroffen werden dürfen, ist durch die VO-EG 1924/2006 geregelt (Liste der erlaubten nährwertbezogenen Angaben – letzte konsolidierte Fassung 2014).

4 Gesundheitsbezogene Angaben (Health Claims)

Als gesundheitsbezogene Angabe gilt jede Angabe, mit der erklärt oder suggeriert wird, dass ein Zusammenhang zwischen einer Lebensmittelkategorie, einem Lebensmittel oder einem seiner Bestandteile und der menschlichen Gesundheit besteht. Health Claims beziehen sich auf Vitamine, Mineralstoffe und andere Substanzen, die einen physiologischen Effekt aufweisen.

Solche Claims dürfen sich grundsätzlich nur auf die Gesundheit und nicht auf eine Krankheit beziehen. Beispiele für Health Claims sind:

- **„Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei“:** diese Aussage ist zulässig, wenn das Lebensmittel mindestens 15% des Tagesbedarfs an Vitamin C bei festen oder 7,5% bei flüssigen Lebensmitteln enthalten.
- **„Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei“:** Um diese Angabe auf einem Lebensmittel deklarieren zu dürfen, muss das Lebensmittel mindestens 15% des Tagesbedarfs an Magnesium bei festen oder 7,5% bei flüssigen Lebensmitteln enthalten.

Gesundheitsbezogene Angaben dürfen nur dann getroffen werden, wenn die Aussage wissenschaftlich belegt und durch die VO-EG 1924/2006 ausdrücklich zugelassen ist. Dafür gibt es eine Positivliste der EU, in der alle erlaubten Claims gelistet und die Voraussetzungen für die Deklaration genannt sind. Welche Aussagen getroffen werden dürfen, regelt die EU-

VO 432/2012 (Liste der erlaubten gesundheitsbezogenen Angaben – letzte konsolidierte Fassung 2021).

4.1 Krankheitsbezogene Angaben

Während für gesundheitsbezogene Angaben eine Positivliste vorliegt, dürfen krankheitsbezogene Angaben in keinem Fall verwendet werden. Es dürfen demnach keine Aussagen getroffen werden, die einem Lebensmittel bzw. Nahrungsergänzungsmittel Eigenschaften der Vorbeugung, Behandlung oder Heilung einer menschlichen Krankheit zuschreiben. Dies gilt für die Gesamtaufmachung der Produkte (inkl. Online-Kommunikationsmedien).

Beispiele für nicht erlaubte, krankheitsbezogene Angaben sind folgende:

- „Der Verzehr von ausreichend Vitamin C beugt Erkältungskrankheiten vor“
- „Der Verzehr von Magnesium verhindert den Knochenabbau“
- „Der Verzehr von ausreichend Ballaststoffen reduziert Ihr Risiko, an Darmkrebs zu erkranken“

5 Botanicals

Botanicals sind Claims, die sich auf die Wirkung pflanzlicher Stoffe auf die menschliche Gesundheit beziehen. Viele Botanicals sind derzeit nicht zugelassen und müssen neu bewertet werden. Die EU äußerte Bedenken zur Angabe von Botanicals auf Lebensmittel- und Nahrungsergänzungsmitteln, da diese zu Irreführung beim Konsumenten führen könnten. Botanicals dürfen daher derzeit noch nicht auf Etiketten verwendet werden.

6 Fazit

Die Nutzung von Nutrition und Health Claims ist gesetzlich streng geregelt und wird bei Verstoß streng bestraft. Möchte man die Eigenschaften seines Produkts mit einem bestimmten Claim hervorheben, empfiehlt es sich deshalb, vorab alle rechtlichen Rahmenbedingungen genau zu kennen.

Nährwertbezogene Angaben können auch für bäuerliche Produkte ein Verkaufsargument sein, beispielsweise kann die Angabe zu einem reduzierten Zuckergehalt auf Marmeladen ansprechend auf den Konsumenten wirken. Die Anwendung von Botanicals ist derzeit auf Eis gelegt und darf nicht auf Etiketten verwendet werden. Die genannten Verordnungen gelten für Lebensmittel, Nahrungsergänzungsmittel und spezielle Lebensmittel wie Sportlernahrung und Baby-Nahrung. Für bäuerliche Produkte gibt es keine Ausnahmeregelung, auch diese sind den EU-Verordnungen unterworfen.

Autorinnen

Anna Pichler (Food Industry Consulting), Lena Staffler (SBB)

Quellen

- Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 20. Dezember 2006 über Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel
- Verordnung (EU) Nr. 432/2012 der Kommission vom 16. Mai 2012 zur Festlegung einer Liste zulässiger anderer gesundheitsbezogener Angaben über Lebensmittel als Angaben über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos sowie die Entwicklung und die Gesundheit von Kindern Text von Bedeutung für den EWR
- Verordnung (EG) Nr. 178/2002 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 28. Januar 2002 zur Festlegung der allgemeinen Grundsätze und Anforderungen des Lebensmittelrechts, zur Errichtung der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit und zur Festlegung von Verfahren zur Lebensmittelsicherheit
- Ages, Nahrungsergänzungsmittel [Nahrungsergänzungsmittel - AGES](#)

Bilder

Titelbild: Pixabay

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Autoren.

Die Informationen dieses Infoblatts wurden mit größter Sorgfalt zusammengestellt, trotzdem kann keine Gewähr oder Haftung für die Richtigkeit und Aktualität übernommen werden. Sie beruhen auf dem Wissensstand von Dezember 2024. Zudem ist zu beachten, dass Gesetze und Interpretationen auch kurzfristig abgeändert werden können und daher Anwendungsprobleme grundsätzlich nicht auszuschließen sind. Im Zweifelsfalle und für eine Vertiefung der Materie wird auf die entsprechenden Rechtsquellen verwiesen bzw. auf entsprechende fachliche Beratungen.



**Südtiroler
Bauernbund**

Innovation & Energie

Südtiroler Bauernbund

Abteilung Innovation & Energie
E-Mail: innovation-energie@sbb.it
Tel.: +39 0471 999 363